

支えあいネットワーク・ハンドブック

上郷西地区

地域活動版

シニアクラブ・サロン編

シニア活動便利帳



平成25年9月改訂

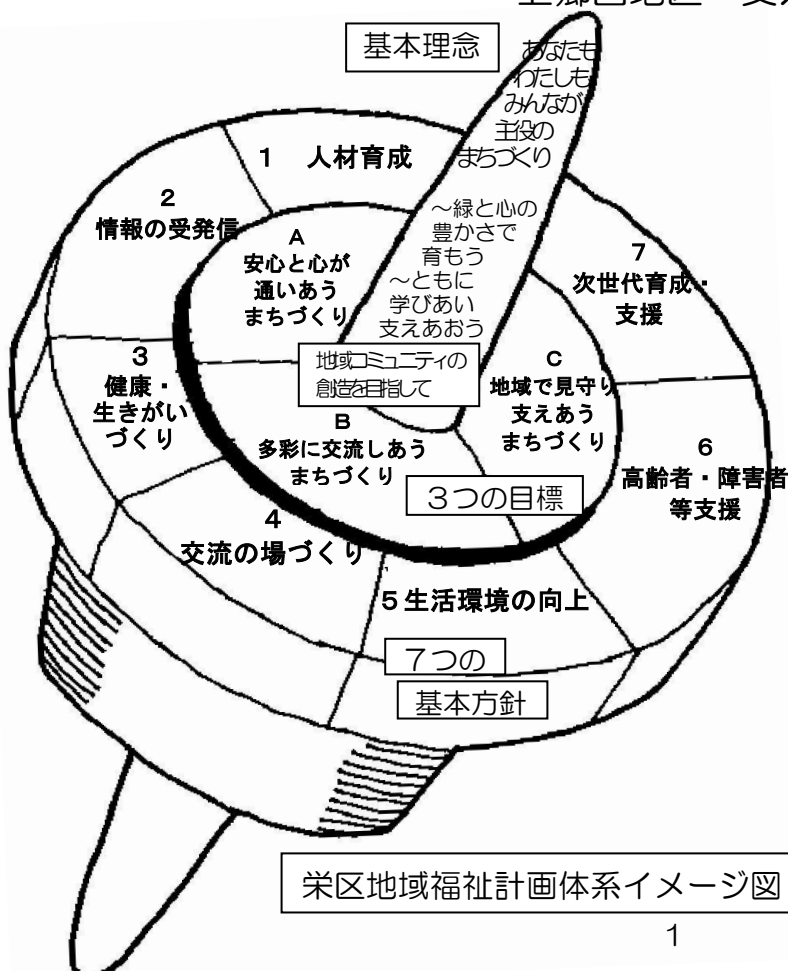
はじめに・・・

上郷西地区・支えあいネットワークとは・・・

地域の各種団体活動や、地域住民一人ひとりが支えあい（挨拶・声かけ・気遣い）を通し、「上郷西地区にお住まいの皆さん誰もが安心して暮らせる町づくり」を目指すネットワークです。

H17年度より栄区役所が推進している「栄区地域福祉計画」（下記イメージ図参照）や、栄区社会福祉協議会による「栄区地域福祉活動計画」などを参考にしながら、上郷西地区独自の福祉ネットワーク冊子を作成してみました。それぞれの活動を紹介すると共に、皆さんの生活の中で、必要なサポートがあれば、是非参考にしたいと思っています。

上郷西地区・支えあいネットワークグループ同



栄区地域福祉計画体系イメージ図

栄区では平成 15 年から連合町内会単位（7 地区）で地区分科会を開催し、参加した区民の皆さんから出された意見や提案を反映して、平成 17 年 3 月「栄区地域福祉計画」を策定しました。この計画は「栄区まちづくり方針」とともに、区政運営上の基本的な計画です。

また「栄区地域福祉活動計画」や他の福祉保健関連計画と連携し、福祉保健施策の総合的な指針となるもので「地域社会全体で生活課題に取り組み支えあっていく仕組みづくり」を目指しています。

上郷西地区・地域支えあいの輪(わっ)!



上郷西地区
社会福祉協議会

栄区
社会福祉協議会

桂台地域
ケアプラザ

スローガン
あいさつ・声掛け・気遣い

栄区
福祉保健センター

徘徊高齢者SOS
ネットワーク



1.地域での支えあい

3.訪問での支えあい

2.地域役員活動での支えあい

- ①町内会・自治会
日常でのコミュニケーション
- ②シニアクラブ
- ③地域サロン
- ④ミニデイサービス
- ⑤ボランティアグループ
(配食・家事支援サービス)
- ⑥その他(回覧板等)

- ①地区社会福祉協議会
- ②民生委員・児童委員
- ③保健活動推進員
- ④青少年指導員
- ⑤体育指導委員
- ⑥消費生活推進員
- ⑦友愛活動推進員
- ⑧食生活等改善推進員・ヘルスマイト
- ⑨その他

- ①地域福祉役員(民生委員等)
の訪問
- ②その他

支えあいの輪（わっ）！に記載されているグループや地域役員を紹介します。

「誰もが安心して暮らせる町づくり」そんな思いを持ちながら、皆さん活動されています。身近な地域で、気軽に人と人とが知り合える場づくりやイベントなど、様々な地域で活動を展開しています。各団体の詳しい活動内容は、資料集に掲載しています。

（※サロンやボランティア団体は「支えあいネットワーク」に所属している団体を記載しています。）

上郷西地区 共通スローガン「あいさつ」・「声掛け」・「気遣い」

1. 地域での支えあい

① 町内会・自治会（日常でのコミュニケーション）

② シニアクラブを通して

「亀井会」・・・亀井町
「いの山プラチナ会」・・・犬山町
「愛寿会」・・・西ヶ谷団地・西ヶ谷ハイツ
「上之町寿百々会」・・・上之町
「春秋会」・・・尾月
「秋桜会」・・・港南台コートハウス

資料集 資料1 P7参照

③ 地域サロンを通して

あおば・・・尾月自治会館
サロン・ふれあい・・・西ヶ谷団地集会所
サロン・かめい・・・亀井町自治会館
ハイツ集い処・・・西ヶ谷ハイツ集会所
こども広場さくらんぼ・・・尾月自治会館
ゆずりは・・・コートハウス集会所
ママとも広場 アロハ！・・・上郷小学校
サロン・かみの・・・上之町内会館
しゃべり場とまと・・・上之町内会館

資料集 資料2 P8参照

④ ミニデイサービスを通して

どんぐり・・・上郷小学校
みどり会・・・ネオポリス自治会館

資料集 資料3 P8参照

⑤ ボランティアグループを通して

たんぼぼ・・・福祉ボランティア活動＊
グループゆう・・・配食サービス＊
グループ桂台・・・家事支援サービス＊

資料集 資料4 P8参照

米印のグループは、エリアを越えて活動しています。

2. 地域役員活動での支えあい

①地区社会福祉協議会

連絡先：栄区社会福祉協議会 TEL 894-8521

地区社協とは…

地区社会福祉協議会は、地域で協力して地域の福祉の向上を図る事を目的とした任意の団体です。

地区社協の範囲は…

全国的には、小学校区などの範囲が多いのですが、横浜の場合はおおむね地区連合町内会をエリアとして組織化されています。

地区社協の構成…

地域の個人や団体で成り立っています。地域の中のいろいろな会員が、自分たちの地域の福祉の町づくりを目的に協力しあう総括的な団体、それが地区社協なのです。

どんな活動をしているの…

敬老の集いや、子育てサロン、地域サロンなど、それぞれの地域に合った幅広い活動をしています。

②民生委員児童委員・主任児童委員

連絡先：栄区福祉保健センター福祉保健課運営企画係 TEL 894-6963

どんな人々が活動しているの…

民生委員・児童委員は、自治会町内会代表や各団体が推薦人となって構成される、「各推薦準備会」を経て選出され、厚生労働大臣から委嘱されています。

どんな活動をしているの…

担当の地区を持って活動されており、住民の相談・助言や行政との連絡調整など、地域福祉の推進役として、その活躍は多方面にわたります。

主任児童委員って…

民生委員は、児童福祉法により、児童委員を兼ねることとなりますが、平成6年1月からは児童委員に加え新たに児童福祉に関する事項を専門的に担当する主任児童委員が設置され、児童委員と一体となって活動しています。

③保健活動推進員

連絡先：栄区福祉保健センター福祉保健課健康づくり係 TEL 894-6964

どんな活動しているの…

急速な高齢化に伴い、「生活習慣病予防」を中心とした「健康づくりを推進していくこと」を役割として担われています。福祉保健センターと地域住民を結ぶパイプ役として活躍しています。

どんな人々が活動しているの…

地域の実情に応じて柔軟に対応するため、自治会町内会1名を基礎として、区長が自治会町内会と協議の上、定めることを基本とします。割り当て人数をしるした推薦依頼文が福祉保健センターより自治会・町内会あてに送付され、自治会・町内会からの推薦により選ばれます。任期は2年となります。

④青少年指導員

連絡先：栄区地域振興課生涯学習支援係 TEL 894-8395

どんな活動をしているの…

青少年指導員は地域社会における青少年の自主的活動と、その育成組織活動を推進する事により、青少年の健全育成を図ることを目的としています。地域での社会環境健全化活動、レクリエーション活動の他、栄区青少年指導員協議会として月1回の地区会長会、ヤングフェスティバルなどの活動を行っています。

どんな人々が活動しているの…

任期は2年で、地区連合単位で推薦する人数が示され、その人数にしたがって各自治会・町内会に推薦の依頼があります。

⑤体育指導委員

連絡先：栄区地域振興課生涯学習支援係 TEL 894-8395

どんな活動をしているの…

体育指導委員は地区（又は自治会・町内会）を単位としたスポーツ・レクリエーションの企画・実施ならびに市・区のスポーツ・レクリエーション事業への参画・協力を行っています。

どんな人々が活動しているの…

任期は2年で、地区連合単位に推薦の人数が示され、その人数にしたがって各自治会・町内会に推薦の依頼があります。

⑥消費生活推進員

連絡先：栄区地域振興課地域活動係 TEL 894-8391

どんな活動をしているの…

消費生活推進委員は、地域における消費者のリーダーとして地域と連携しながら自主的な消費者問題の学習や普及・啓発活動を行うとともに、消費者に関する情報を収集・提供するなどの活動を推進しています。

どんな人々が活動しているの…

任期が2年で、自治会・町内会からの推薦者と公募者で構成されます。

⑦食生活等改善推進員・ヘルスマイト

連絡先：栄区福祉保健センター福祉保健課健康づくり係 TEL 894-6964

どんな活動をしているの…

食生活等改善推進員（通称ヘルスマイト）は、『私たちの健康は私たちの手で』をスローガンに、子どもからお年寄りまであらゆる年代の人たちに“栄養・運動・休養”を中心に健康的な生活習慣の確立を目指して、地域でのふれあいを深めながら健康づくりの普及活動をしています。

どんな人々が活動しているの…

「食生活等改善推進員セミナー」（栄区福祉保健センターで年1コース開催）を受講し、修了後、食生活等改善推進員登録名簿に登録された人が活動しています。

3、訪問での支えあい

①地域福祉役員（民生委員等）の訪問

どんな時に？ どんな人のために？

・・・援助を必要とする人に対し、福祉に関する様々な相談に応じ、各種活動、関係機関への橋渡しなどの必要な支援活動を行っています。希望者には定期的な訪問をし、地域での見守り体制作りを推進しています。

支えあいネットワークは、訪問だけでなく、地域住民すべての方が、「あいさつ」「声掛け」「気遣い」を通して、皆さん誰もが安心して暮らせる街づくりを目指すネットワークです。



《資料集》

* P 3に掲載されている1. 地域での支えあいの各団体紹介

名称	いの山フランチ会	愛寿会	上之町寿百々会
町内会・自治会名	犬山町	西ヶ谷団地・西ヶ谷ハイツ	上之町
代表	黒木 さち子	櫻井 三郎	宗高 久友
会員数(男 女 計)	215 281 496	21 33 54	52 64 116
特記事項	<p>-繋げよう,親睦と交流の輪・和!!-</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆月例会と臨時会(随時) ◆年間の恒例行事 <ul style="list-style-type: none"> ・日帰りバス旅行・納涼会 ・健康を祝う集い・ふれあい文化祭 ◆会員の生活をお手伝いする活動「生活応援チーム」 ◆公園清掃活動 ◆いの山フランチ会会報 毎月発行 <p>〈クラブ・サークル〉 囲碁、ウォーキング、絵画、カラオケ 観劇、筋トレ、ゲートボール・グランドゴルフ、健康体操、ゴルフ、菜園、さわやか、史跡めぐり、将棋、釣り、ハイキング、パソコン、ボウリング、麻雀、旅行</p>	<p>“健康づくり、仲間作り、人間関係を大切に”</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆月1回の定例会や年数回の食事会が開催されます。カラオケやゲームを通して交流を深めています。 <p>〈クラブサークル〉 ・カラオケ ・舞踊・ダンス ・卓球 ・旅行会 ・グランドゴルフ ・誕生会 ・交通安全 ・音楽 ・演劇 ・蕎麦打ち</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆毎月定例会で「米寿祝い」「誕生祝い」9月は長寿会で喜寿の祝いをしています。 ◆毎週火曜日に「上之公園清掃」実施、その後、野外ミーティング(一汗かいた後のお茶を楽しみながら連絡会議) ◆友愛活動員による訪問の見守り活動を行っています。 ◆「旅行会」、カラオケ同好会「カナリア」、舞踊部「しらゆり会」が盛況です。又、東公園の「グランドゴルフクラブ」の活動も活発です。 ◆町内会防犯パトロール応援 ◆毎月の定例会「報告事項」を作成し、会報に代えて居ます。 ◆その他サークル活動あり

名称	春秋会	秋桜会	亀井会
町内会・自治会名	尾月	港南台コートハウス	亀井町
代表	小林 晴男	田島 雅旗	石田 英夫
会員数(男 女 計)	58 53 111	36 35 71	54 54 108
特記事項	<p>“楽しくが、合い言葉です”</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆会報誌「春秋会だより」を毎月発行しています。 ◆役員(友愛活動員)が会員への配布活動時に会員の元気を確認する友愛活動をしています。 ◆月例会開催は毎月です。 ◆公園の道路脇に花のプランターを設置して美化活動をしています。 ◆自治会各サークルに協力しています。 ◆三世代交流のため連合町会の行事に参加しています。 ◆フリートーク会や新年会、初詣などを行っています。 ◆健康麻雀とカラオケが盛況。 	<p>“みんなで力を合わせて、楽しく元気で明るくやっっていく”をモットーとしています。</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆毎月の定例会、いたち川清掃敬老会 ◆三世代交流としてバーベキュー会 薪を使っでのカレーづくり ◆災害・緊急時等の避難体験〈いたち川公園〉 ◆餅つき大会の実施 ◆夏はそうめん会食会 ◆伝統的に友愛活動が盛んです。 ◆その他サークル活動あり 	<p>○「亀井会だより」毎月発行</p> <p>○毎月の役員定例会</p> <p>○会員の誕生日にお赤飯をお届けする</p> <p>○4ヶ月毎の見守り活動</p> <p>○生活支援のボランティア活動</p> <p>○旅行会、講習会等の開催</p> <p>○同好会活動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・囲碁、将棋 ・ウォーキング ・健康マージャン ・年間を通してのラジオ体操(月曜～金曜) ・健康体操(スクウェアステップ) ・輪踊り ・手芸

活動内容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 栄区シニアクラブ連合会 各種会議(総会、各部会、理事会、連長会、等)、横浜市老連シニア大学、会長等各種研修会、上郷西シニアクラブ連合会 会長会 春・秋のふれあい旅行、みらいふる鎌倉合同カラオケ、福祉大会、趣味の作品展、各種スポーツ大会、芸能祭等。 2. 上郷西地区連合町会、同社会福祉協議会主催行事等への参加・協力 総会、代表者会議、どんと焼き、盆踊り大会、春・秋のふれあいスポーツ大会、三世代交流ラジオ体操・栄高校、敬老の集い等。 3. 各シニアクラブ独自の行事 総会、新年会、月例会、誕生会、文芸・民芸会、作品展、スポーツ大会、講習会・講座、会報誌発行、親善旅行、等。 福祉・ボランティア活動、公園・道路美化清掃、友愛活動、防犯・学童登下校パトロール等の実施。
------	---

資料2

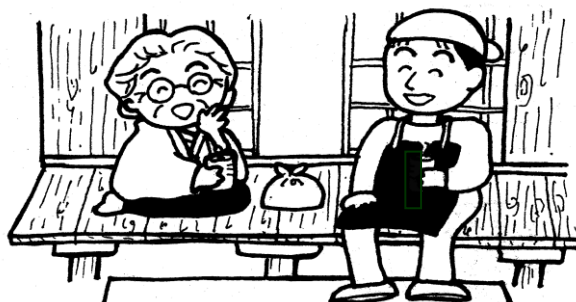
Ⅱ, 地域サロンの紹介

平成25年9月 現在

名称	あおぼ	サロン・ふれあい	サロン・かめい
発足年月日	H15.11	H16.3	H16.4
活動区域	尾月自治会館に歩いて来られる方	団地内	主に亀井町内。亀井町以外でも参加可
開催日	第1金曜日	第4水曜日	第4木曜日
利用時間	10:00~12:00	10:00~12:00	13:30~15:30
場所	尾月自治会館	西ヶ谷団地集会所	亀井町自治会館
利用料金	100円	100円	200円
活動内容	月ごとのプログラムを決め、季節感のある場所にし、心身ともにリフレッシュをしてもらっています。	みんなの体操、リズム体操、日本の歌、心の歌など月ごとに色々趣をかえて行っています。体を動かし、大きな声を出しましょう。	主に、コーヒー・お茶を頂きながら談笑を楽しんでいます。男性の参加者も多く、年に数回の催し物も開催しています。

名称	ハイツ集い処	こども広場さくらんぼ	ゆずりば
発足年月日	H18.4	H18.4	H18.10
活動区域	特に決めていません	子育て中の方どなたでも	港南台コートハウス
開催日	第3土曜日	第3金曜日	第3木曜日
利用時間	10:00~12:00	10:00~14:00	10:00~12:00
場所	西ヶ谷ハイツ集会所	尾月自治会館	コートハウス集会所
利用料金	100円(食事は500円)	100円	200円
活動内容	子どもから高齢者まで、どなたでも歓迎。おいしいお茶やお菓子を用意しています。初回参加時は前もって連絡下さい。	保護者と子どもが安心して遊べる場所を作り、子育ての悩みを少しでも緩和し、子育ての大切さをわかってもらいたいと言う趣旨で開催しています。	世代交流の場を提供、おしゃべりを中心とし、時には季節ごとの行事や手芸工作などを通して地域の顔の見える関係づくりを目指しています。

名称	ママとも広場 アロハ!	サロン・かみの	しゃべり場とまと
発足年月日	H19.12	H19.10	H13.7(たんぼぼ)
活動区域	参加自由(連絡不要) マグカップ持参	上之町近隣地域	上郷西地区を中心とした周辺地域
開催日	第1水曜日 1月・4月・8月上郷小学校が休校の場合は休み	第4火曜日	毎週金曜日
利用時間	10:00~12:00	13:30~15:30	10:00~15:00
場所	上郷小学校 会議室	上之町内会館	上之町内会館
利用料金	100円	100円	100円(年会費1000円)
活動内容	主に、小学生・中学生・高校生の保護者を対象とした気楽な集まりです。学校・学年を超えての交流の場、情報交換の場となり、地域の中で顔の見える関係作り・ネットワーク作りを目指しています。	”あかるく たのしく まえむきに元気よく”をモットーに交流の輪を広げます	高齢の方を中心に自由に集える場の提供。10時~15時なら時間の制約はありません。地域の高齢者を中心に出入りし、作品作りやおしゃべりを通して介護予防につないでいます。



資料3

Ⅲ、ミニデイサービスの紹介

平成25年9月 現在

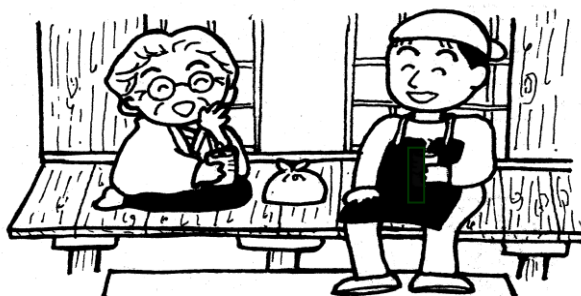
名称	どんぐり	みどり会
開催日	第2・4水曜日	第4月曜日
活動区域	上郷西地区で歩いてこられる方	上郷西・東地区近辺
利用時間	10:00~14:30	13:30~15:30
場所	上郷小学校	野七里地域ケアプラザ
利用料金	600円	100円(年会費1000円)
活動内容	高齢者の介護予防を地域の 方々小学校児童との交流を通 して、楽しみながら実践して います。	中途障害者と高齢者の集いで す。ゲームや音楽会、室内ス ポーツなど、年間計画のプロ グラムに基づいて活動してい ます。

資料4

Ⅳ、ボランティアグループ

平成25年9月 現在

	福祉ボランティアグループ	配食サービス	家事支援サービス
名称	たんぽぽ	グループ ゆう	グループ桂台
開催日	随時(応確認)	毎週木(9:00~13:00)	随時(応 相談)
利用料金	年会費1000円 それぞれの活動内容によって 異なります。	一食450円 <活動範囲> 本郷中央地区、上郷西地区の 一部	年会費1000円 入会金 2000円(利用会員のみ) 利 用料:利用会員のみ 標準 800円/時、時間外設定あり
利用対象者	高齢者及び障害者	概ね、65歳以上の一人暮らし、 日中高齢者のみでお住まいの方、 高齢者や身体の弱い方等で、食事 づくりに困難を感じている方。	乳幼児から高齢者、障害者ま で、お手伝いを必要とされる 方。
活動内容	横浜市栄区で福祉保健のボラ ンティア活動をしているグ ループです。主に高齢者・中 途障害者の支援をしていま す。 ピエロの日、しゃべり場とま と、福祉施設、障害者団体へ の協力	一人暮らしの高齢者や身体 の不自由な方へ定期的に食事を 届けることにより、偏りがち な食事の手助けをしていま す。かつ見守りを行っています。	調理・買い物・掃除・草取 り・通院付き添い・保育・見 守りなどの生活支援サービス

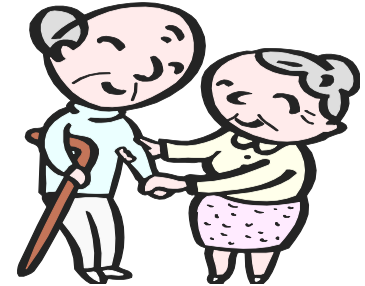


Ⅶ, 相談機関

名称	活動内容
<p>野七里地域ケアプラザ 地域包括支援センター 890-5331 野七里1-2-31 月~土 9:00~21:00 日、祝日 9:00~17:00</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・高齢者が自宅で無理なく生活するためのアドバイスや制度・サービス紹介等 ・横浜市の行政サービスの紹介や申請受付（配食・日常生活用具の給付等） ・介護保険の申請受付やサービスの案内 ・車イスの貸し出し ・地域のボランティアグループのサービス紹介 ・区役所や他機関などとの連絡調整 <p>担当エリア 長倉町・庄戸1-5丁目・野七里1-2丁目・ （千載橋以南の）上郷町・上之町・犬山町</p>
<p>桂台地域ケアプラザ 地域包括支援センター 897-1111 桂台中4-5 月~土 8:30~21:00 日、祝日 8:30~17:00</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・高齢者が自宅で安心して生活するためのアドバイスや制度・サービス紹介等 ・横浜市の行政サービスの紹介や申請受付（配食・日常生活用具の給付・介護予防プラン等） ・介護保険の申請受付やサービスの案内 ・福祉用具（車イス・ポータブルトイレ）の展示や貸し出し ・地域のボランティアグループのサービス紹介 ・区役所や他機関などとの連絡調整 <p>担当エリア 公田町・桂台北・中・西1-2丁目・東・南1-2丁目</p>
<p>中野地域ケアプラザ 地域包括支援センター 896-0711 中野町400-2 月~土 8:30~21:00 日、祝日 8:30~17:00</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・高齢者が自宅で安心して生活するためのアドバイスや制度・サービス紹介等 ・横浜市の行政サービスの紹介や申請受付（配食・日常生活用具の給付・介護予防プラン等） ・介護保険の申請受付やサービスの案内 ・福祉用具（車イス等）の貸し出し ・地域のボランティアグループのサービス紹介 ・区役所や他機関などとの連絡調整 <p>担当エリア 鍛冶ヶ谷1-2丁目（中野町隣接の鍛冶ヶ谷町を含む）・中野町・ 元大橋1-2丁目・若竹町・亀井町・尾月 東上郷町・（千載橋以北の）上郷町</p>
<p>横浜市栄区社会福祉協議会 894-8521 桂町279-29 月~土 9:00~17:00</p>	<p>社会福祉協議会は「誰もが安心して暮らせるまちづくり」を目指して、地域の人やボランティア団体、福祉保健関係者の参加や協力を得ながら、様々な社会福祉活動を展開しています。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ボランティアセンター ・子育てサポートシステム ・送迎サービス ・栄区社協あんしんセンター（権利擁護事業） ・生活福祉資金貸付等々
<p>栄区福祉保健センター 894-8181（総合案内） 桂町303-19 月~金 8:45~17:15</p>	<p>栄区福祉保健センターでは、福祉保健に関する様々な相談・支援を行っています。</p> <p>高齢支援課／保護課／こども家庭障害支援課（栄区役所本館2階）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・福祉保健の総合相談 ・福祉保健サービスに関する情報提供 ・行政サービスの申請受付 <p>福祉保健課（栄区役所新館3階）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・民生委員・児童委員に関すること ・地域福祉保健計画の推進に関すること ・区民の健康づくり支援

VI.栄区徘徊高齢者 SOS ネットワーク

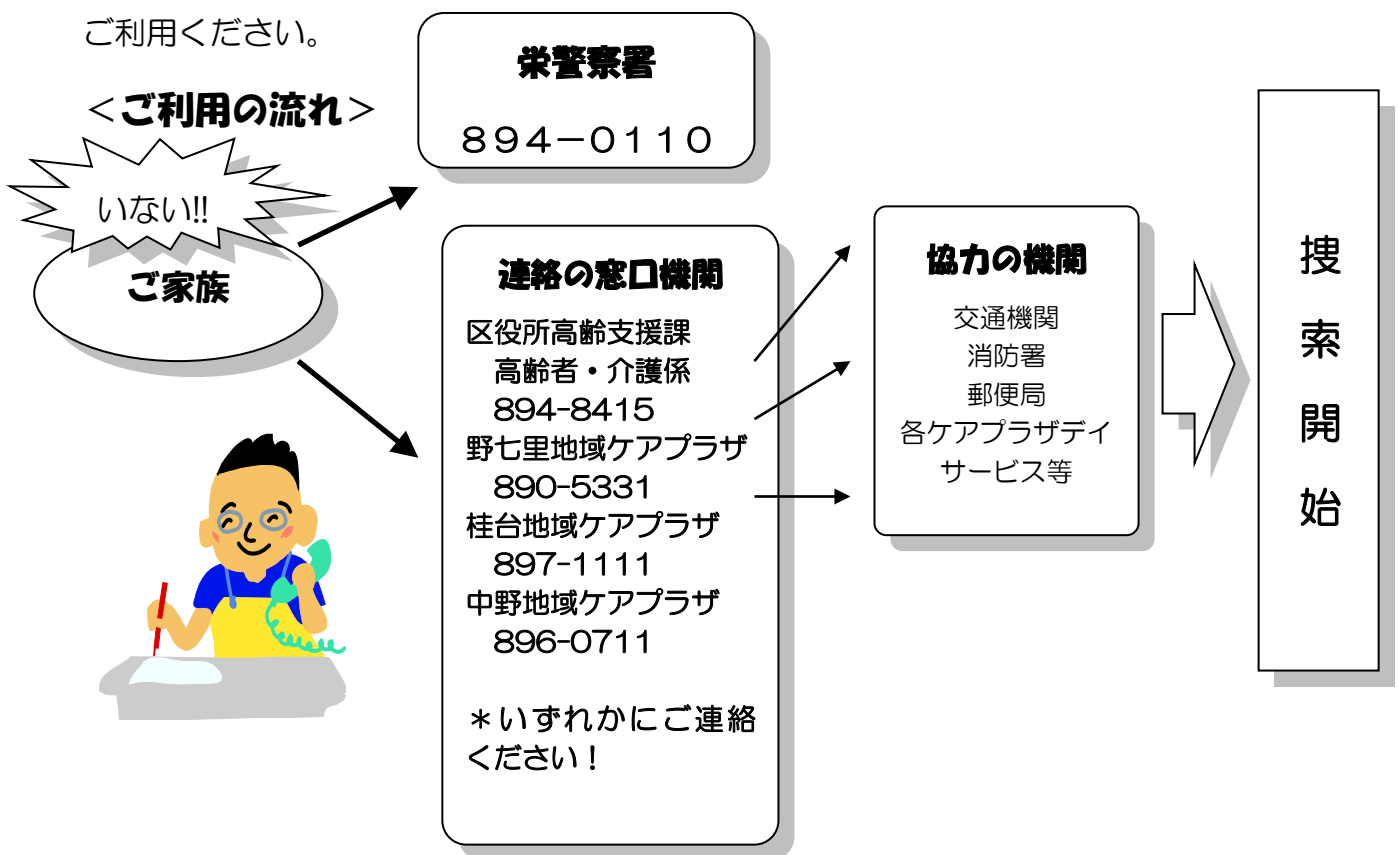
このネットワークは、徘徊で行方がわからなくなってしまった認知症の高齢者を、警察と区・各ケアプラザ・交通機関などの機関が連携して、お捜しするお手伝いをするシステムです。早い発見により、高齢者の安全の確保とご家族の安心を目的としています。



<行方がわからなくなったら!!>

行方がわからなくなり、ご心配の際は、警察に連絡後、お近くのケアプラザ・区役所等に連絡すれば、他の機関に協力を呼びかけて捜索が開始されます。

徘徊のおそれが考えられる方については、事前に登録しておくこともできますので、是非ご利用ください。



事前に登録していない方でも、ご利用いただけます。詳しい内容につきましては、区役所・地域ケアプラザまでお問い合わせください。

上郷西地区支えあいネットワークハンドブック編集委員名簿

委員氏名	所属
伊賀川 洪一	上郷西地区民生委員・児童委員
石田 英夫	上郷西地区友愛活動推進員
小華和 紘記	上郷西地区保健活動推進員
竹内 勝利	上郷西地区社会福祉協議会
大関 奈保子 *	栄区福祉保健課事業企画係
鈴木 麻由子	栄区福祉保健課事業企画係
白坂 浩章 *	栄区社会福祉協議会
渋谷 明洋	栄区社会福祉協議会
楠原 朋子	横浜市桂台地域ケアプラザ地域交流部門
梅田 薫	横浜市桂台地域ケアプラザ地域包括支援センター

*平成18年度 委員

上郷西地区・支えあいネットワークハンドブック

地域活動版 シニアクラブ・サロン編

平成19年 3月 初版発行

平成25年 9月 第7回改訂

発行・編集 上郷西地区支えあい・つながるプラン推進会議

協力・横浜市栄区役所、横浜市栄区社会福祉協議会

横浜市桂台地域ケアプラザ
〒247-0034
横浜市栄区桂台中4-5
電話 045-897-1111
FAX 045-897-1119
ホームページ
<http://katuradai.com>

横浜市野七里地域ケアプラザ
〒247-0024
横浜市栄区野七里1-2-31
電話 045-890-5331
FAX 045-890-5332